

MODEL PENGAMBANGAN HARGA DIRI ANAK YATIM

(Upaya pendampingan pada anak yatim piatu di Pondok Anak Yatim Salman
Gasek Malang)

Oleh:

Dr. Rahmat Aziz, M.Si
azira@uin-malang.ac.id

Dr. Retno Mangestuti, M.Si
mangestuti@uin-malang.ac.id

A. Isu Dan Fokus Pengabdian

Dalam keilmuan psikologi, istilah *self* diartikan sebagai suatu pandangan seseorang tentang dirinya, yang merupakan suatu konsep abstrak dalam perkembangan individu yang meliputi kualitas, kapasitas dan segala aktivitas yang dimiliki dan diikutinya sedangkan kata *esteem* berasal dari bahasa latin *aestimare* yang artinya estimasi atau penilaian. Sehingga *self esteem* dapat diartikan sebagai penilaian individu pada dirinya sendiri.

Harga diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang memiliki peran penting dalam hidup manusia. Menurut Coopersmith (1981)¹ harga diri mengarah pada evaluasi diri yang dirancang dan dilakukan individu yang sebagian berasal dari interaksinya dengan lingkungan, penerimaan dan perlakuan orang lain terhadap dirinya. Hal ini membuat setiap interaksi yang dilakukan individu dengan lingkungan akan memberikan pengaruh terhadap kualitas harga dirinya. Lingkungan berfungsi sebagai sarana yang harus dievaluasi oleh individu.

Lingkungan memiliki peranan yang sangat penting dalam membentuk rasa menghargai diri sendiri pada seorang individu. Setiap kesempatan yang diberikan lingkungan akan berpengaruh terhadap harga diri seseorang, termasuk menentukan tinggi rendahnya harga diri yang dimiliki seseorang. Harga diri yang tinggi akan membawa pengaruh konsep diri dan tingkah laku yang positif. Percaya pada kemampuan dan diri sendiri serta mampu menghargai diri sendiri adalah hal-hal yang terkait di dalamnya. Harga diri yang rendah yang dimiliki individu akan membawa pengaruh kurang baik bagi konsep diri dan tingkah laku individu bersangkutan, dalam konteks sosialnya sehingga dapat memicu munculnya berbagai permasalahan dalam hidup.

¹ The antecedents of self-esteem printed by Consulting Psychologists Press

Banyak perilaku yang merugikan yang sering dimunculkan individu dengan harga diri rendah. Kondisi ini semakin jelas apabila mereka mendapatkan tekanan-tekanan yang berat dari lingkungannya. Harga diri yang rendah cenderung menyebabkan seseorang berperilaku tidak terpuji, karena adanya perasaan kurang yakin terhadap kemampuan dirinya. Harga diri rendah akan membuat individu tidak mampu mengevaluasi stimulus yang masuk dengan sempurna. Bahkan, beberapa pakar psikologi menyatakan harga diri yang rendah dapat menimbulkan bermacam-macam masalah perilaku termasuk, kenakalan, depresi, penyalahgunaan obat, dan keterlibatan pada berbagai perilaku beresiko lainnya.

Harga diri mulai terbentuk setelah anak lahir, ketika anak berhadapan dengan dunia luar dan berinteraksi dengan orang-orang di lingkungan sekitarnya. Interaksi secara minimal memerlukan pengakuan, penerimaan peran yang saling tergantung pada orang yang berbicara dan orang yang diajak berbicara. Interaksi menimbulkan pengertian tentang kesadaran diri, identitas, dan pemahaman tentang diri. Hal ini akan membentuk penilaian individu terhadap dirinya sebagai orang yang berarti, berharga, dan menerima keadaan diri apa adanya sehingga individu mempunyai perasaan berharga (Burn, 1998).²

Harga diri mengandung pengertian "siapa dan apa diri saya". Segala sesuatu yang berhubungan dengan seseorang, selalu mendapat penilaian berdasarkan kriteria dan standar tertentu, atribut-atribut yang melekat dalam diri individu akan mendapat masukan dari orang lain dalam proses berinteraksi dimana proses ini dapat menguji individu, yang memperlihatkan standar dan nilai diri yang terinternalisasi dari masyarakat dan orang lain.

Pada masa kanak-kanak awal anak belum memahami apa arti seutuhnya dari harga diri, namun mereka sudah dapat menunjukkan jika mereka memilikinya. Anak usia delapan tahun biasanya mengembangkan harga diri dari evaluasi keluarga, guru atau teman (Papalia et al., 2004)³. Pada periode tersebut anak hanya memiliki dua kategori evaluasi, yakni "saya anak baik" atau "saya anak buruk". Setelah menginjak usia pertengahan anak-anak (*middle childhood*), barulah mereka dapat menilai evaluasi personal atas kompetensi mereka.

Pada saat remaja, harga diri berkembang dipengaruhi oleh pengakuan dari teman-teman sebaya. Menurut Festinger (Schiffman & Kanuk, 2004). Pada periode ini, remaja mulai melakukan perbandingan antara diri mereka dengan lingkungannya atau perbandingan sosial (*social comparison*). Selanjutnya dijelaskan bahwa perbandingan sosial sebagai keadaan dimana individu memiliki dorongan untuk mengevaluasi diri melalui perbandingan dengan orang lain jika tidak terdapat suatu media yang obyektif. Teori ini menjelaskan bahwa individu memiliki motivasi untuk mengetahui apakah opini yang ia miliki benar atau salah.

² Ten Days to Self-Esteem: Printed by William Morrow Paperbacks

³ Papalia, D. E., Old, S. W., & Feldman, R. D. Psikologi Perkembangan (Terjemahan). Jakarta: Kencana Prenada Media Group.

Jika individu kurang yakin akan opini yang ia miliki, maka ia cenderung akan melakukan perbandingan sosial.

Terdapat dua jenis perbandingan sosial, yakni *upward comparison* yang diartikan sebagai saat individu membandingkan dirinya dengan individu lain yang lebih baik, dan *downward comparison* yang diartikan sebagai saat dimana individu membandingkan dirinya dengan individu lain yang lebih buruk (Schiffman & Kanuk, 2004). Ketika individu melakukan *downward comparison*, maka harga diri mereka cenderung meningkat. Sebaliknya, ketika individu melakukan *upward comparison* maka besar kemungkinan tingkat harga diri akan menurun.

Dalam konteks kehidupan anak yatim, konsep *self esteem* menjadi sesuatu yang sangat penting untuk diperhatikan mengingat mereka adalah anak-anak yang sudah tidak mempunyai orang tua sehingga memungkinkan untuk mempunyai harga diri yang rendah. Kondisi inilah yang menjadi alasan bagi penulis untuk melakukan pengabdian pada masyarakat di tempat Pondok Yatim Piatu Salman yang berada di Gasek Malang.

B. Kondisi Dampungan Saat Ini

Berdasarkan hasil observasi di lapangan dan data dokumentasi dari pengasuh pondok Salman diperoleh data bahwa santri pondok Anak yatim Salman terdiri dari tiga macam yang dibeda-bedakan sesuai dengan kepentingan dan kebutuhan:

- a. Santri Pondok. Santri pondok ini berjumlah 28 anak yang mendapatkan fasilitas penuh dari pondok mulai biaya hidup sampai dengan biaya pendidikan di sekolah (mulai dari Sekolah Dasar sampai dengan Sekolah Menengah Atas), dan tinggal di Pondok. Kebanyakan santri ini berasal dari luar kota atau daerah pinggiran kota Malang. Diantara mereka berasal dari Lumajang, Lamongan, Sidoarjo, Surabaya, Ponorogo, Aceh, Riau dan Malang (Kucur, Dampit, Malang Selatan).
- b. Santri Anak Asuh. Santri anak asuh ini berjumlah 18 anak yang mendapatkan biaya pendidikan sekolah saja dan pembinaan bidang agama, kelimuan di sekolah dan ketrampilan. Mereka dari tingkat pendidikan TK sampai dengan SMA. Santri anak asuh berasal dari kelurahan Karangbesuki dan sekitarnya, mereka tinggal dengan ibunya masing-masing dengan dibina oleh PAY Salman.
- c. Santri Dewasa. Santri yang terdiri dari ibu dari santri anak asuh yang masih buta huruf dalam membaca Al-Qur'an. Hal ini dilakukan untuk lebih meningkatkan kualitas keimanan dan keislaman para orang tua dan untuk membekali ketrampilan baru yang diharapkan mampu menambah penghasilan bagi keluarganya.



Profile Peserta ketika mengikuti kegiatan Dampingan

C. Waktu Dan Tempat Pelaksanaan

Waktu kegiatan dilaksanakan dalam rentang waktu satu bulan, yang dimulai dari pertengahan bulan november sampai pertengahan bulan desember 2014. Bentuk kegiatannya terdiri dari tiga tahapan yang meliputi kegiatan observasi dan wawancara lapangan (pra kegiatan) yang bertujuan untuk mendapatkan data awal tentang kondisi lapangan, kegiatan ceramah dan *psychomovie* (kegiatan inti) yang bertujuan untuk mengembangkan rasa harga diri dan potensi diri peserta, dan evaluasi program kegiatan (pasca kegiatan) yang bertujuan untuk mengevaluasi baik kekurangan maupun kelebihan dari program yang telah dilaksanakan.

Tempat kegiatan dilaksanakan di pondok anak yatim piatu Salman yang beralamat di Jalan Raya Candi VI / 193 Gasek, Karang Besuki Malang. Kegiatan observasi lapangan dilakukan terhadap lokasi kegiatan, pengurus pondok, dan para santri atau anak yatim piatu. Selanjutnya kegiatan pengabdian dilakukan melalui kegiatan pemberian ceramah dan *psychomovie* tentang film "*sang pemimpi*" yang dilakukan di ruang utama pondok Salman. Setiap selesai kegiatan, dilaksanakan acara ramah tamah berupa makan bersama antara pemateri dengan peserta sebagai upaya membangun kebersamaan dan keakraban.

D. Strategi Yang Dilakukan

Ada beberapa strategi yang digunakan dalam upaya pengembangan self esteem pada anak yatim di pondok anak yatim piatu Salman. Strategi tersebut adalah sebagai berikut:

1. Pemberian ceramah pada peserta dampingan. Kegiatan ini dilakukan dalam upaya pemberian pemahaman tentang potensi-potensi yang dimiliki oleh peserta sebagai salah satu upaya untuk menghilangkan perasaan minder dan mengembangkan harga diri yang mereka miliki. Setelah kegiatan ceramah dilakukan tanya jawab atau diskusi antara pemateri dengan peserta.

Inti dari isi ceramah yang disampaikan adalah setiap orang dapat menjadi sukses dengan memperhatikan dua hal yaitu: *pertama*, adanya keyakinan bahwa seseorang itu mempunyai potensi yang luar biasa. Hal penting yang harus diperhatikan dalam menjalani kehidupan ini adalah bagaimana kita mampu memaksimalkan potensi diri. Kita tidak boleh *minder* (rendah diri) tapi sebaliknya kita harus percaya diri bahwa kita ini mampu melakukan sesuatu yang luar biasa. *Kedua*, Allah akan memberikan balasan bagi orang yang berbuat sesuai dengan usaha yang dilakukannya. Hal ini dikuatkan dalam sebuah hadits nabi yang mengatakan bahwa: *Inna 'idzomal jaza ma'a 'idzomil bala* (sesungguhnya besarnya balasan yang diterima seseorang tergantung seberapa besar dia berkorban untuk mendapatkan apa yang dia usahakan).

Selain itu, isi ceramah juga berisi tentang kiat-kiat praktis tentang bagaimana caranya supaya menghilangkan perasaan minder dan upaya meningkatkan rasa percaya diri. Isi ceramah diakhiri dengan suatu ungkapan bahwa diatas segalanya Allohlah yang maha mengatur semua urusan, manusia hanya mampu berencana tapi Allohlah yang menentukan (*Man proposes, God disposes*) karena itu tugas kita hanyalah berusaha menjadi yang terbaik dalam melakukan apapun di dunia ini.



Peserta ketika mengikuti kegiatan pemberian materi tentang potensi diri

2. Kegiatan diskusi dan tanya jawab dengan peserta dampingan. Strategi ini dilakukan dalam upaya untuk lebih memahami isi materi yang disampaikan ketika kegiatan ceramah maupun ketika kegiatan *psychomovie*. Tema tanya jawab setelah kegiatan ceramah difokuskan pada masalah-masalah yang berhubungan dengan harga diri dan potensi diri para peserta, sementara tanya jawab setelah kegiatan *psychomovie* difokuskan pada isi film sang pemimpi, khususnya tentang pentingnya harapan positif dalam menjalani kehidupan. Beberapa pertanyaan menarik dan jawaban yang muncul ketika sesi penyampaian materi tentang potensi diri, diantaranya adalah:

Tanya : *Bagaimana caranya untuk menghilangkan rasa malu dan takut ditertawakan oleh teman-teman di sekolah?*

Jawab : *Pertama, harus dipahami bahwa rasa malu itu adalah sesuatu yang sangat baik untuk dipertahankan, bukankah ada hadits yang menyatakan bahwa malu itu sebagian dari iman. Hanya saja, malu yang bagaimana yang baik itu? Kalau kita merasa malu untuk melakukan sesuatu yang baik, dan tidak melakukan kesalahan apapun, mengapa kita harus malu dan takut ditertawakan oleh teman-teman. Malu seperti inilah yang harus dihilangkan, karena jika dipertahankan akan menghalangi terungkapnya potensi terbesar dari diri kita. Karena itu, kita tidak perlu malu jika untuk melakukan sesuatu yang baik bukan untuk sesuatu yang salah.*

Tanya : *Bagaimana caranya untuk meningkatkan rasa percaya diri, karena kita mempunyai keterbatasan?*

Jawab : *Harus dipahami bahwa untuk menjadi seorang pribadi yang percaya diri itu memerlukan suatu proses. Artinya harus ada upaya berlatih untuk menjadi percaya diri. Ada hubungan yang sangat erat antara harga diri dan percaya diri. Untuk menjadi orang yang percaya diri, pertama kita harus mampu menghargai diri sendiri secara wajar. Ketahuilah bahwa diri kita itu berbeda dengan orang lain, kita mempunyai kelebihan sekaligus kekurangan, yang harus kita tekankan adalah penghargaan terhadap diri kita secara utuh akan meningkatkan rasa percaya diri.*

Misalnya, banyak teman yang menyatakan bahwa cara anda berbicara itu sangat enak di dengar dan direnungkan secara mendalam ternyata Anda mempunyai potensi yang sangat baik dalam hal berbicara di depan umum atau berpidato. Nah, yang harus kita lakukan adalah hargai potensi tersebut sebagai suatu anugerah yang luar biasa, setelah itu baru kita berlatih untuk menjadi lebih bagus dalam hal bicara di depan umum. Suatu saat, Kalian menjadi seorang penceramah yang sangat terkenal dan saya yakin Kalian pasti adalah pribadi yang percaya diri.

Selain itu, ada beberapa cara praktis yang dapat mendorong atau mendukung untuk menjadi percaya diri, diantaranya adalah berusaha untuk berjalan lebih cepat dan tegap, dalam berbagai kesempatan usahakan untuk mengambil tempat duduk di depan, berusaha untuk bertanya setiap ada kesempatan, dan lain sebagainya. Intinya adalah rasa percaya diri bisa dikembangkan melalui berbagai proses latihan.

Tanya : *Bagaimana caranya supaya kita dapat diterima oleh orang lain, karena selama ini saya termasuk orang yang selalu diabaikan oleh teman-teman?*

Jawab : Hal yang perlu dipahami adalah pemahaman bahwa sikap dan perilaku orang lain terhadap kita adalah cermin dari apa yang kita lakukan terhadap mereka. Karena itu, sebelum menyalahkan orang lain maka terlebih dahulu harus diungkap kira-kira apa kesalahan kita terhadap mereka.

Kalau kita ingin diterima oleh orang lain, maka kita harus menerima mereka apa adanya, jangan terlalu banyak mengkritik, jangan terlalu banyak menyalahkan, dan jadikanlah orang lain itu sebagai orang yang sangat penting dan berharga dalam hidup kita. Bukankah kita juga ingin diperlakukan seperti itu?

Karena itu, mulailah bersikap dan berperilaku untuk membantu dan menyenangkan orang lain, dan saya yakin akibatnya akan terasa kepada kita sebagai pelaku.



Peserta ketika mengikuti kegiatan pemberian materi tentang potensi diri

Adapun beberapa pertanyaan menarik yang muncul dari peserta ketika proses dan setelah menyaksikan tayangan film sang pemimpi diantaranya adalah sebagai berikut:

Tanya : *Mengapa di dunia ini ada orang yang sukses dan ada orang yang tidak sukses? Apa yang menyebabkannya?*

Jawab :

.....

.....

Tanya : *Bagaimana caranya mengatur waktu supaya menjadi orang yang sukses?*

Jawab :

.....

.....

3. Pemutaran psychomovie. Kegiatan ini berupa pemutaran film dengan judul “Sang Pemimpi”. Kegiatan ini dilakukan untuk memberikan pemahaman berupa contoh seseorang individu yang menjadi sukses karena adanya harapan dalam menjalani kehidupan. Film yang berdurasi sekiitar dua jam, penayangannya dibagi menjadi tiga kali, setiap selesai tayangan dilakukan analisis dan tanya jawab tentang isi dan pesan yang terkandung dari film tersebut.



Peserta ketika mengikuti psychomovie tentang film “sang pemimpi”



Peserta ketika mengikuti psychomovie tentang film “sang pemimpi”

4. Kegiatan observasi dan wawancara. Strategi ini dilakukan untuk mendapatkan data awal tentang kondisi masyarakat dampingan. Selain itu, metode ini digunakan juga untuk melihat perubahan masyarakat dampingan setelah diberikan perlakuan berupa pendampingan psikologis. Metode wawancara yang dilakukan pada waktu setelah pemberian dampingan dilakukan hanya pada beberapa orang peserta saja yang dianggap dapat mewakili dari peserta secara keseluruhan.



Peserta ketika mengikuti tanya jawab mengenai isi film “sang pemimpi”

E. Pihak-Pihak Yang Terkait

Ada beberapa pihak yang terlibat baik secara langsung maupun tidak langsung dalam kegiatan pengabdian ini, diantaranya adalah:

1. Para civitas akademika fakultas psikologi Universitas Islam Negeri (UIN) Malang yang terdiri dari dosen, karyawan, dan sebagian mahasiswa. Bentuk keterlibatan dosen adalah menjadi narasumber atau pemateri pada kegiatan pengabdian. Keterlibatan karyawan berupa bantuan penyiapan prasarana yang meliputi kelengkapan kegiatan seperti LCD, foto copy, dan pengadaan konsumsi peserta. Keterlibatan sebagian mahasiswa adalah sebagai informasi awal tentang keberadaan dan kondisi pondok anak yatim piatu salman. Selain itu, mahasiswa yang dimaksud membantu dan bertugas untuk menjadi perantara antara pemateri dan pengurus panti dalam menentukan jadwal dan waktu kegiatan pengabdian.
2. Pengurus pondok panti anak yatim piatu Salman yang dalam hal ini diwakili oleh ibu Dra. Hj. Luluk'atul Ummah selaku bendahara yang keterlibatannya dalam kegiatan ini berupa pemberi informasi tentang kondisi dan harapan pondok anak yatim piatu salman baik dari segi visi, misi, maupun gambaran tentang kegiatan yang selama ini dilaksanakan oleh panti, selain itu beliau juga ikut mendampingi peserta ketika proses pemberian materi ceramah dan tanya jawab.

Pengurus kedua yang terlibat dalam kegiatan pengabdian ini adalah Bapak Syaiful Arif, S.Ag selaku pengasuh bidang keagamaan. Bentuk keterlibatannya berupa pendamping sekaligus mengkoordinir para santri untuk mengikuti kegiatan baik pada kegiatan penyuluhan berupa ceramah maupun pada kegiatan *psychomovie*. Selain itu, beliau juga memberikan informasi yang penting seputar pelaksanaan kegiatan rutin di panti.

3. Para santri anak yatim piatu Salman, baik yang tinggal di asrama (santri pondok) maupun yang tidak (santri anak asuh), sedangkan santri dewasa tidak dilibatkan dalam kegiatan pendampingan ini.

F. Hasil dan Rekomendasi

Ada beberapa hasil yang dianggap sebagai hasil dari proses pendampingan psikologis selama kegiatan pengabdian ini berlangsung. Diantara hasil tersebut adalah:

1. Adanya keberanian diantara beberapa peserta yang bertanya dan mengungkapkan masalah yang dihadapi, walaupun masih belum terlalu banyak. Hal ini dapat dianggap sebagai salah satu indikator awal bagi upaya

pengembangan harga diri dan potensi diri mereka pada tahap-tahap selanjutnya.

2. Adanya antusiasme dari para peserta untuk memiliki harapan dan keinginan (cita-cita) yang tinggi untuk menjadi sukses, persis seperti yang ada dalam cerita film sang pemimpi, walaupun diantara peserta masih ada yang terlihat takut dan ragu-ragu untuk mempunyai mimpi yang besar. Hal ini berarti bahwa memang pendampingan psikologis ini masih perlu untuk dilanjutkan kembali.
3. Adanya pendapat dan komentar positif dari pengurus Pondok anak yatim Salman, agar kegiatan pendampingan psikologis seperti ini dapat dilanjutkan kembali pada masa-masa yang akan datang. Menurut pendapat mereka, selama ini pemberian bantuan berupa materi baik berupa uang, beras, dan lain sebagainya selama ini sudah banyak dibantu, namun bantuan yang berupa pengembangan diri dari aspek psikologis baru sekarang ini dilaksanakan, karena itu memang mereka sangat berharap agar ada tindak lanjut yang lebih mendalam dari kegiatan ini.

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari kegiatan pengabdian ini, maka ada beberapa rekomendasi yang dapat disampaikan pada berbagai pihak, diantaranya adalah:

1. Bagi pihak Universitas dan atau Fakultas semestinya dibuat program atau kegiatan yang lebih memperhatikan kebutuhan tentang kondisi anak yatim mengingat mereka adalah aset bangsa yang masih belum diperhatikan dengan serius.
2. Bagi pihak pengurus panti, sebaiknya mereka lebih proaktif dalam membina hubungan dengan berbagai pihak yang mampu membantu memenuhi kebutuhan anak yatim baik yang sifatnya material maupun psikologis. Termasuk kondisi self esteem pada para santri dan santriwati.



Berfoto bersama dengan pemateri setelah mengikuti kegiatan pemberian materi